5.057 Polievka kyslá zemiaková s vajíčkom
100 porcií

Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
voda	13,00	13,00	15,00	15,00	17,00	17,00	18,00	18,00
bobkový list	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01
zemiaky	5,00	3,50	6,50	4,55	8,00	5,60	9,00	6,30
mlieko	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	7,00	7,00
múka hladká	0,25	0,25	0,35	0,35	0,40	0,40	0,50	0,50
vajcia	5	0,25	7	0,35	8	0,40	9	0,45
soľ	0,05	0,05	0,10	0,10	0,12	0,12	0,15	0,15
cesnak	0,10	0,09	0,10	0,09	0,10	0,09	0,15	0,13
ocot	0,15	0,15	0,20	0,20	0,25	0,25	0,30	0,30
smotana	0,75	0,75	1,00	1,00	1,50	1,50	2,00	2,00
olej	0,10	0,10	0,20	0,20	0,30	0,30	0,40	0,40
cukor kryštálový	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,15	0,15
hmotnosť porcie v g	180		200		220		250	

Výrobný postup

Umyté očistené na kocky pokrájané zemiaky uvaríme v slanej vode, do ktorej pridáme cesnak. K uvareným zemiakom pridáme nasucho opraženú múku, zriedenú mliekom, smotanou a olejom. Zahustíme rozšľahanými vajciami, dochutíme octom a cukrom. Varíme 20 minút.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	430	103	3,24	3,9	0,9	13,0	1,2	84,5	0,7	0,015	0,1	0,1	5,9	0,0
B	532	128	3,76	4,9	1,2	16,0	1,6	91,7	0,8	0,018	0,1	0,1	7,5	0,0
C	661	159	4,23	6,9	1,8	18,8	1,9	100,3	0,9	0,020	0,1	0,1	9,1	0,0
D	832	200	5,39	9,1	2,5	22,8	2,2	132,3	1,1	0,025	0,1	0,2	10,4	0,0